

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini akan memaparkan tentang hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan Perilaku Makan dan *Perception of Aging* dengan status nutrisi pada lansia di pesisir Surabaya. Penelitian ini melibatkan 184 responden yang merupakan lansia dengan usia 65 tahun atau lebih yang datang berkunjung ke 16 posyandu lansia di wilayah kerja Puskesmas Kenjeran. Penyajian hasil meliputi gambaran umum lokasi penelitian, karakteristik demografi responden, dan variabel yang diukur. Analisis hasil penelitian dilakukan uji korelasi Spearman Rho kemudian dijabarkan dalam sub bab pembahasan sesuai dengan tujuan dan hipotesis penelitian, teori dan penelitian sebelumnya.

5.1 Hasil Penelitian

5.1.1 Gambaran umum Lokasi Penelitian

Puskesmas Kenjeran terletak di wilayah Kota Surabaya provinsi Jawa Timur yang termasuk daerah pinggiran kota yang berbatasan dengan laut, di bawah naungan Dinas Kesehatan Kota Surabaya. Puskesmas Kenjeran terletak di Jalan Tambak Deres nomor 2, kecamatan Bulak. Kecamatan Bulak termasuk wilayah geografis Kota Surabaya yang merupakan bagian dari wilayah Surabaya Utara. Di kecamatan ini terdapat kawasan pesisir yaitu pantai Kenjeran. Batas wilayah sebelah utara kecamatan Kenjeran, sebelah Timur Selat Madura, sebelah Selatan Kecamatan Mulyorejo dan sebelah Barat: Kecamatan Tambaksari. Kawasan pesisir timur Surabaya umumnya merupakan pantai berlumpur dan berhadapan langsung dengan selat Madura, wilayah daratan sebagian besar didominasi oleh pemukiman nelayan, perikanan dan wilayah perairan terbatas untuk kegiatan perikanan.

Puskesmas Kenjeran tidak dilengkapi unit rawat inap, dengan pelayanan unggulan meliputi Puskesmas Sore, Puskesmas ISO dan Puskesmas Industri. Kecamatan Bulak mempunyai penduduk berjumlah 29,652 dengan jumlah penduduk laki-laki sebanyak 14.437 dan perempuan 15.215. Menurut data Puskesmas Kenjeran (2019) ada sebanyak 1,034 orang lansia yang datang mengunjungi 16 Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Kenjeran. Lansia yang berada di daerah pesisir Surabaya mempunyai kebiasaan makan teratur 2-3x sehari, makanan yang paling sering dikonsumsi tahu, tempe, kadang makan sayur, makan ikan, makan daging kalau ada acara tertentu saja. Lansia rata-rata suka makan selingan kerupuk, ubi rebus. Berdasarkan penelitian Murdyatiningsih, (2015) menyatakan bahwa masyarakat pesisir mengkonsumsi hasil laut dan masyarakat pegunungan konsumsi karbohidrat, fosfor, dan energi lebih tinggi dibanding masyarakat pesisir.

Jangkauan fasilitas Kesehatan telah tersedia dengan akses yang cukup baik. Puskesmas Kenjeran mempunyai program khusus untuk lansia salah satunya pemberian PMT untuk lansia yang diberikan 4x dalam sebulan. Selain itu lansia diatas 60 tahun mendapatkan makanan setiap pagi dari program permakanan Dinas Sosial, dan diantarkan oleh petugas ke rumah masing-masing lansia yang masuk dalam database penerima bantuan tersebut.

5.1.2 Karakteristik Demografi Responden

Subbab karakteristik demografi responden menguraikan karakteristik lansia yang masuk sebagai sampel berdasarkan hasil penelitian pada Desember 2019 di 16 Posyandu Lansia Wilayah kerja Puskesmas Kenjeran. Karakteristik demografi diuraikan berdasarkan Jenis Kelamin, umur, Pendidikan, status pernikahan dan Agama.

Sampel yang digunakan penelitian ini adalah lansia berumur 65 tahun keatas di seluruh posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Kenjeran. Penelitian di laksanakan pada bulan Desember 2019. Jumlah responden dalam penelitian sebanyak 184 orang. Tabel berikut ini adalah data distribusi umum responden yang menjadi sampel dalam penelitian.

Tabel 5.1 Distribusi data responden lansia di seluruh posyandu lansia wilayah kerja Puskesmas Kenjeran

NO	KARAKTERISTIK	(f)	(%)
1.	JENIS KELAMIN		
	Laki-laki	19	10,3 %
	Perempuan	165	89,7%
	Total	184	100%
2.	UMUR		
	65-70 Tahun	151	82,1%
	71-80 Tahun	26	14,1 %
	81-90 Tahun	7	3,8%
	Total	184	100%
3.	PENDIDIKAN		
	Tidak Sekolah	114	62,0
	SD	54	29,3
	SMP	9	4,9
	SMA	4	2,2
	Perguruan Tinggi	3	1,6
	Total	184	100,0
4.	STATUS PERKAWINAN		
	Menikah	149	81 %
	Duda	7	3,8 %
	Janda	26	14,1 %
	Cerai	2	1,1 %
	Total	184	100 %
5.	PEKERJAAN		
	Tidak Bekerja	18	9,8
	Ibu rumah tangga	154	83,7
	Pedagang	4	2,2
	Buruh	2	1,1
	Pensiun	2	1,1
	Wiraswasta	2	1,1
	Guru	2	1,1
	Total	184	100,0

Tabel 5.1 menunjukkan bahwa lansia yang paling banyak berkunjung ke posyandu lansia adalah lansia perempuan dengan persentase 89,7% , rata-rata lansia

yang datang ke posyandu lansia berumur 65-70 tahun dengan persentase 82,1%. Tingkat pendidikan lansia banyak yang tidak bersekolah dengan persentase 62%. 100% lansia yang menjadi responden merupakan suku Jawa dan 99,5% beragama Islam, dan 81% dengan status menikah.

5.1.3 Hubungan Perilaku Makan dan *Perception Of Aging* dengan status nutrisi lansia di Pesisir Surabaya.

Bagian ini menyajikan data dalam bentuk tabel yang menjelaskan mengenai hubungan perilaku makan dan *Perception Of Aging* yang dinilai menggunakan uji statistik bivariat dengan *Spearman Rho*

Tabel 5.2 Hubungan Perilaku Makan dengan status nutrisi Lansia di daerah Pesisir Surabaya

No	Perilaku Makan	Status Nutrisi				Jumlah	
		Normal (f)	%	Risiko malnutrisi (f)	%	(f)	%
1	<i>Emotional eating</i>	132	71,7%	50	27,2%	182	98,9%
2	<i>External eating</i>	2	1,1%	0	0	2	1.1%
3	<i>Restrained eating</i>	0	0	0	0	0	0
Total		134	72,8%	50	27,5%	184	100%

Uji *Spearman Rho* P-Value 0,000 dan *coefficient Correlation* $r=0,331$

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 184 responden yang diberi pertanyaan tentang perilaku makan yang paling mempengaruhi perilaku makan responden adalah *emotional eating*. *Emotional eating* berhubungan dengan status nutrisi normal pada lansia, *emotional eating* juga berhubungan dengan status nutrisi risiko malnutrisi sebanyak 50 orang dengan persentase 27,2 % dan *external eating* berhubungan dengan status gizi normal sebanyak 2 orang dengan persentase 1,1 %. Skor akhir dari Statistik uji *Spearman Rho* memberikan hasil p-value sebesar 0,000. Nilai p-value tersebut kurang dari α (0,05) sehingga hipotesis diterima yang berarti

ada hubungan yang cukup antara perilaku makan dan status nutrisi pada lansia di pesisir Surabaya. Koefesien Korelasi yang dihasilkan adalah 0,331. Koefesien ini merupakan koefesien positif yang berarti jika perilaku makan naik maka status nutrisi naik dan sebaliknya jika perilaku makan turun maka status nutrisi turun.

Tabel 5.3 Hubungan *perception of aging* dengan status Nutrisi lansia di pesisir Surabaya

No	<i>Perception of aging</i>	Status Nutrisi				Total	
		Normal		Risiko Malnutrisi		f	%
		f	%	f	%	f	%
1	Positif	118	64,1%	33	17,9%	151	82 %
2	Negatif	16	8,7%	17	9,2%	33	18%
	Total	134	72.8%	50	27.2%	184	100%

Uji Spearman Rho P-Value 0,001 dan Coefficient Correlation r 0,236

Tabel 5.3. menunjukkan bahwa persepsi Positif berhubungan dengan status nutrisi normal sebesar 64,1% dan risiko malnutrisi 17,9%. Persepsi negatif mempengaruhi status nutrisi normal sebesar 8,7% dan risiko malnutrisi 9,2%.

Statistik uji *Spearman Rho* memberikan hasil p-value sebesar 0.001 Nilai p-value tersebut lebih dari α (0,05) sehingga hipotesis diterima yang berarti ada hubungan *perception of aging* dengan status nutrisi pada lansia di pesisir Surabaya. Koefesien Korelasi yang dihasilkan adalah 0,236 Koefesien ini merupakan koefesien positif yang berarti jika *perception of aging* naik maka status nutrisi naik dan sebaliknya jika *perception of aging* turun maka nutrisi makan turun.

5.2 Pembahasan

5.2.1 Hubungan perilaku makan dengan status nutrisi lansia di daerah pesisir Surabaya

Hasil penelitian menunjukkan hasil bahwa hampir seluruh responden memiliki dimensi *emotional eating* yang dominan, hal ini ditunjukkan dari hasil skor kuisioner perilaku makan yang paling besar pada dimensi *emotional eating*.

Emotional eating merupakan dorongan untuk makan berlebihan yang biasanya dipicu oleh emosi yang tidak stabil atau rasa bosan akibat rutinitas (Elfhag & Morey, 2008). Sebagian besar dari responden pada penelitian ini memiliki skor *emotional eating* tertinggi dengan status nutrisi yang normal. Pada dimensi *emotional eating* 4 pertanyaan tertinggi dijawab adalah lansia merasa ingin makan saat tidak ada kegiatan, saat, kesal, saat tidak bersemangat dan saat kesepian. Lansia dengan status nutrisi normal karena lansia semakin tua semakin mudah mengelola emosi termasuk *emotional eating*, sehingga status nutrisi lansia tetap dalam batas normal. Pernyataan ini sesuai dengan penelitian Dakanalis et al., (2013) yang menyatakan bahwa dibandingkan dengan responden usia muda, lansia juga mudah tergoda saat melihat makanan, akan tetapi lansia seiring bertambah usia semakin bisa mengontrol emosi termasuk *emotional eating*, sehingga status nutrisi tetap bisa dalam batas normal. Status nutrisi pada responden pada penelitian ini didapatkan dari kuisioner *mini nutritional assesment*, pada responden dengan status nutrisi normal didapatkan hasil bahwa tidak ada perubahan nafsu makan selama 3 bulan terakhir, tidak ada penurunan berat badan lebih dari 3 kg selama 3 bulan terakhir, responden bisa bepergian keluar rumah, dan IMT berada diantara 21-23 atau lebih. Sedangkan sebagian kecil responden dengan skor *emotional eating* tertinggi mempunyai status nutrisi dengan risiko malnutrisi. Hal ini bisa dilihat dari hasil skor dari *mini nutritional assesment* antara 8-11. Rata-rata responden yang berisiko malnutrisi karena tidak rutin berkunjung ke posyandu sehingga tidak tahu apakah berat badan berkurang selama 3 bulan terakhir dan IMT berada di nilai 19- 21, sehingga walaupun nilai pada dimensi *emotional eating* tinggi tapi responden tetap pada status risiko malnutrisi.

External eating merupakan perilaku makan yang dipengaruhi oleh lingkungan luar (Elfhag & Morey, 2008). Pada penelitian terdapat 2 responden yang memiliki nilai tertinggi di pada variabel *external eating* dan memiliki status nutrisi normal. Pertanyaan dengan jawaban tertinggi pada pertanyaan lansia merasa ingin makan saat melihat makanan enak, saat mempunyai makanan enak, orang lain makan. Sama halnya seperti dimensi *emotional eating*, lansia mudah untuk tergoda mencoba makanan yang dilihat selain karena perubahan fisiologis yang menyebabkan lansia perubahan porsi makan juga karena kontrol emosi yang semakin matang. *Restrained eating* merupakan perilaku makan yang dengan sengaja menjaga pola makan supaya mendapatkan berat badan yang sesuai (Elfhag & Morey, 2008). Penelitian Dakanalis et al., (2013) menyatakan bahwa skor ini cenderung tinggi pada responden wanita karena kebanyakan wanita yang menjalani diet. Meskipun pada penelitian ini skor tertinggi pada *emotional eating* tetapi jawaban responden yang sebagian besar wanita menjawab paling tinggi pada pertanyaan apakah lansia mengurangi porsi makan saat berat badan bertambah, menolak makan pada saat ditawari makanan, mengurangi makan saat berat badan naik.

Perilaku makan sebagai serangkaian tindakan yang membangun hubungan manusia dengan makanan (Benarroch, 2011). Makanan yang dimaksud tidak hanya berkaitan dengan jumlah dan jenis makanan, tetapi juga kebiasaan dan perasaan yang dibentuk sehubungan dengan tindakan makan. Pengetahuan lansia tentang gizi yang baik akan mendukung konsumsi makanan yang baik sehingga terjadi gizi seimbang, sikap lansia yang tepat dalam perilaku makan akan mendukung dalam pencapaian gizi seimbang.

Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian tentang perilaku makan ini adalah dimensi *emotional eating* paling dominan pada lansia yang tinggal di daerah pesisir Surabaya. Pernyataan ini di dukung oleh penelitian Bailly,et al (2012) yang menyatakan hasil penelitian tentang perilaku makan pada lansia sebagian besar dipengaruhi oleh *emotional eating*. Penurunan fungsi tubuh terutama sistem pencernaan memang mempengaruhi perilaku makan pada lansia, sehingga lansia cenderung lansia mengalami penurunan berat badan. Namun diharapkan lansia tetap menjaga pola makan dan gizi seimbang sesuai dengan kebutuhan nutrisi lansia sehingga didapatkan status nutrisi yang normal. Terutama pada lansia yang berusia >70 tahun perlu keterlibatan keluarga dalam pemenuhan gizi. Status gizi normal akan mendukung status kesehatan secara keseluruhan.

5.2.2 Hubungan *Perception Of Aging* dengan status nutrisi

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara persepsi dengan proses penuaan dengan status nutrisi lansia di daerah pesisir Surabaya. Sebagian besar lansia di pesisir Surabaya mempunyai persepsi yang positif terhadap proses penuaannya dan memiliki status nutrisi yang normal. Lansia merasa lebih bersemangat dibandingkan tahun lalu, merasa segala sesuatu berjalan sesuai pikiran. Sebagian kecil lansia mempunyai persepsi negatif dengan proses penuaan karena merasa segala sesuatu bertambah buruk seiring berjalannya waktu dan merasa kurang berguna saat umurnya bertambah tua. Persepsi terhadap penuaan yang positif berhubungan dengan status nutrisi normal pada lansia. Akan tetapi persepsi positif juga berhubungan dengan status risiko malnutrisi pada lansia. Sedangkan persepsi negatif juga mempunyai hubungan dengan status nutrisi pada lansia, baik itu status nutrisi normal ataupun risiko malnutrisi.

Persepsi negatif dan positif akan teraktivasi disertai tanda-tanda terkait usia mempengaruhi performa, perilaku termasuk perilaku makan, kesehatan, dan kelanjutan usia. Persepsi positif mengenai penuaan dikaitkan dengan indikator *successful aging*.

Penelitian tentang persepsi terhadap penuaan masih sangat jarang dilakukan, terutama yang berhubungan dengan status nutrisi. Hasil Penelitian sebelumnya tentang persepsi diri terhadap penuaan dan persepsi terhadap kepuasan hidup pada lansia yang diteliti oleh (Irianti & Daengsari, 2012) berkorelasi positif. Yang artinya semakin positif persepsi diri terhadap penuaan maka semakin tinggi pula kepuasan hidup individu lanjut usia

Persepsi terhadap penuaan merupakan hal substansial bagi lansia karena mempengaruhi kesehatan dan perilaku yang ditunjukkan dan pada akhirnya mempengaruhi status kesejahteraan lansia (Asrawaty, 2016). Penelitian Demakakos (2006) menyebutkan bahwa persepsi positif dan negatif pada lansia mempengaruhi status kesehatan lansia.

Lansia di daerah pesisir Surabaya mempunyai pandangan bahwa hari tua saatnya menikmati hari-hari bersama anak dan cucu. Pada persepsi negatif lansia merasa banyak beban di hari tua, masih tinggal bersama anak, menantu dan cucu. Harus menjaga cucu, tidak mempunyai uang pribadi, tidak bisa membeli makanan kesukaan. Lansia yang mempunyai persepsi negatif pada lansia merasa lebih bahagia saat di waktu muda dibanding saat tua.

Karena persepsi merupakan hal yang sangat substansial pada lansia maka diharapkan lansia mempunyai persepsi positif terhadap proses penuaannya. Karena persepsi yang positif akan memberikan proses menua yang menyenangkan, dan

diharapkan masa tua tidak menjadi beban bagi para lansia, karena banyak perubahan pada fisik dan psikologisnya.